

EDUKASI KESEHATAN PENANGANAN HIPEREMESIS PADA IBU HAMIL DI DUSUN NGALONG DESA KUTA

Herlina¹, Hasrun Ningsih², Suharni³

^{1,2)} Profesi Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu

³⁾ Bidan Koordinator Puskesmas Kuta

Email : linagalingghany@gmail.com

Abstrak

Hiperemesis Gravidarum merupakan mual dan muntah pada ibu hamil yang biasanya terjadi pada pagi hari, namun ada yang timbul setiap saat dan malam hari dan terjadi akibat dari perubahan sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan terutama meningkatnya hormon HCG dalam kehamilan. Data di Indonesia 50% sampai 80% ibu hamil mengalami mual muntah. Meskipun keluhan mual muntah dianggap wajar bagi ibu hamil dan tidak membahayakan janin dalam kandungan. Namun, apabila frekuensi mual dan muntahnya berlebihan, tetap harus diwaspadai. Mual yang diikuti dengan muntah-muntah parah dapat menjadi pertanda adanya gangguan dalam kehamilan sehingga diperlukan edukasi tentang penanganan hiperemesis gravidarum kepada ibu hamil yang mengalami mual dan muntah. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi tentang penanganan hiperemesis gravidarum. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu hamil Trimester I di Dusun Ngalong Desa Kuta wilayah Kerja Puskesmas Kuta. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan metode penyuluhan menggunakan metode ceramah dan media leaflet. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sasaran mampu memahami tentang hiperemesis gravidarum antara lain definisi, tanda dan gejala, klasifikasi, komplikasi serta penanganan hiperemesis gravidarum tersebut.

Kata Kunci : Edukasi Kesehatan, Ibu Hamil, Hiperemesis Gravidarum

Abstract

Hyperemesis Gravidarum is nausea and vomiting in pregnant women that usually occurs in the morning, but some arise at any time and night and occur as a result of changes in the endocrine system that occur during pregnancy, especially the increase in HCG hormones in pregnancy. In Indonesia, 50% to 80% of pregnant women experience nausea and vomiting. Although nausea and vomiting is considered normal for pregnant women and does not harm the fetus in the womb. However, if the frequency of nausea and vomiting is excessive, you should still be aware. Nausea followed by severe vomiting can be a sign of a disturbance in pregnancy so it is necessary to educate pregnant women who experience nausea and vomiting about handling hyperemesis gravidarum. The purpose of this activity is to provide education about the management of hyperemesis gravidarum. The target of this community service activity is first trimester pregnant women in Dusun Ngalong, Kuta Village, Kuta Health Center working area. Community service activities are carried out with counseling methods using lecture methods and leaflet media. The results showed that the target was able to understand about hyperemesis gravidarum, including the definition, signs and symptoms, classification, complications and handling of hyperemesis gravidarum.

Keywords: Health Education, Pregnant Women, Hyperemesis Gravidarum.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan keadaan yang fisiologis yang mengakibatkan perubahan baik secara fisik maupun psikologi. Salah satu perubahan itu ialah terjadinya mual dan muntah pada kehamilan. Mual dan muntah merupakan keluhan yang sering dialami oleh ibu hamil pada kehamilan trimester pertama. Keluhan ini terjadi karena terjadinya berbagai perubahan di dalam tubuh wanita (Nirmalasari, 2020). Salah satu penyebab terjadinya mual dan muntah karena adanya peningkatan hormon Human Chorionic Gonadotropine (HCG) di dalam tubuh ibu hamil (Baharini et al., 2017). Bila keluhan ini tidak diatasi akan menyebabkan gangguan nutrisi pada ibu hamil, dehidrasi, kekurangan energi, dan penurunan berat badan pada ibu hamil. Jika kejadian ini terus berlanjut akan berdampak pada kehamilan dan proses pertumbuhan dan perkembangan janin (Retnaningtyas, 2021). Hiperemesis gravidarum terjadi karena ibu belum siap untuk hamil (Kumalasari, 2022). Lebih dari separuh kehamilan dipengaruhi oleh muntah parah ini, yang dimulai pada minggu ke-20 kehamilan. Prevalensi kasus HG adalah 0,8% hingga 3,2% dari seluruh kehamilan atau sekitar 8 hingga 32 kasus untuk setiap

1000 kehamilan.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), hiperemesis gravidarum menyumbang 12,5% dari seluruh kehamilan di seluruh dunia, dengan insiden berkisar dari 0,3% di Swedia hingga 0,5% di California hingga 0% di Kanada hingga 10,8% di Cina menjadi 0,9. % di Norwegia menjadi 2,2% di Pakistan dan 1,9% di Turki (WHO 2019). Efek samping yang menggambarkan mual dan muntah merupakan masalah klinis normal selama kehamilan (Apsari & Wintariani, 2020). Tingkat penyakit ini berkisar antara 70% dan 85% dengan sekitar setengah dari angka tersebut mengalami muntah-muntah. Keadaan neurotik pada Hiperemesis Gravidarum lebih normal dibandingkan mual dan muntah (Novita, 2019).

Antisipasi terjadinya hiperemesis gravidarum dapat dicegah dengan menyadarkan ibu hamil bahwa nyeri dan muntah merupakan efek samping fisiologis pada awal kehamilan dan akan hilang setelah 4 bulan kehamilan. Anjurkan makan malam dalam porsi kecil namun berkesinambungan, berikan makanan yang lebih panas, jauhi makanan yang licin dan berminyak, serta anjurkan ibu untuk tidak bangun pagi ketika bangun pagi, namun usahakan makan roti kering atau roti gulung dan teh hangat terlebih dahulu (Khasanah et al., 2023).

Oleh sebab itu, pentingnya dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pemberian edukasi tentang penanganan hiperemesis pada ibu hamil. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi tentang penanganan hiperemesis gravidarum. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu hamil Trimester I di Dusun Ngalong Desa Kuta wilayah Kerja Puskesmas Kuta.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk pemberian edukasi kesehatan tentang penanganan hiperemesis gravidarum. Penyampaian materi dilakukan menggunakan metode ceramah dan media leaflet untuk mempermudah sasaran memahami isi dari materi yang disampaikan oleh narasumber. Metode ceramah dalam kegiatan ini meliputi diskusi dan tanya jawab. Sedangkan media leaflet berisi tentang hiperemesis gravidarum yaitu definisi, tanda dan gejala, klasifikasi, komplikasi serta penanganan hiperemesis gravidarum tersebut. Penggunaan leaflet bertujuan untuk menarik minat sasaran untuk mau membaca leaflet tersebut sehingga tujuan dari kegiatan pengabdian ini bisa tercapai yaitu diharapkan sasaran dapat memahami, mengingat dan terdapat perubahan perilaku gizi yang baik.

Sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah ibu hamil, trimester I dengan jumlah 10 orang. Kegiatan ini dilaksanakan di Dusun Ngalong Desa Kuta wilayah Kerja Puskesmas Kuta. Tahapan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini meliputi : 1) melakukan survei lokasi, 2) mengurus surat perizinan, 3) pelaksanaan kegiatan dalam bentuk pemberian edukasi kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Edukasi Kesehatan Penanganan Hiperemesis Pada Ibu Hamil di Dusun Ngalong Desa Kuta” ini menggunakan metode ceramah dan media leaflet dengan sasaran 10 orang ibu hamil trimester I. Tahapan - tahapan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi : 1) melakukan survei lokasi, 2) mengurus surat perizinan, 3) pelaksanaan kegiatan dalam bentuk pemberian edukasi kesehatan. Sebelum diberikan edukasi kesehatan, terlebih dahulu dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital yang meliputi tekanan darah, respirasi, nadi dan denyut jantung ibu hamil untuk mengetahui keadaan umum para sasaran dalam mengikuti kegiatan tersebut pengabdian tersebut.



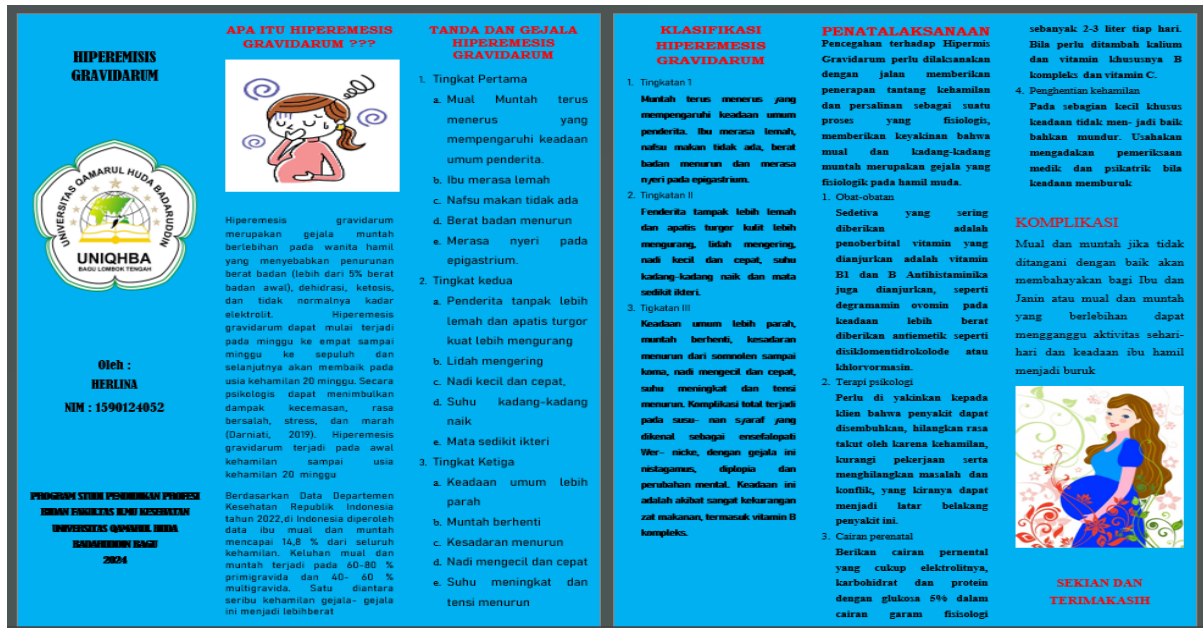
Gambar 1. Pemeriksaan Tanda-Tanda Vital

Secara umum kegiatan pengabdian ini dilaksanakan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang hiperemesis dalam kehamilan khususnya bagaimana cara mengatasi hiperemesis tersebut. Harapannya dengan dilaksanakannya kegiatan ini, para sasaran yakni ibu hamil dapat secara mandiri mengatasi ketidaknyamanan yang disebabkan oleh mual muntah dan dapat mencegah terjadinya hiperemesis gravidarum (Adiputra, 2022). Kegiatan berjalan dengan lancar dan terlihat keaktifan sasaran dengan adanya diskusi dan tanya jawab di setiap materi yang diberikan.



Gambar 2. Kegiatan Pemberian Edukasi Kesehatan Tentang Penanganan Hiperemesis Gravidarum

Salah satu bentuk tanggungjawab tenaga kesehatan khususnya Bidan dalam mewujudkan kesehatan ibu dan anak dalam masa kehamilan adalah dengan melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk edukasi kesehatan dengan metode ceramah dan media leaflet (Komalawati, 2020). Salah satu tujuan edukasi kesehatan adalah meningkatkan kemampuan baik individu, keluarga, kelompok dan masyarakat agar mampu hidup sehat (Susilowati Dwi, 2016). Setiap pemberian edukasi kesehatan erat kaitannya dengan media karena dengan penggunaan media dapat menyampaikan informasi lebih menarik dan mudah dipahami (Asfahani et al., 2024). Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah media leaflet, karena pada umumnya penyampaian pendidikan kesehatan yang menggunakan metode ceramah akan dibarengi dengan pemberian leaflet, dimana isi dari leaflet tersebut adalah pesan-pesan yang diberikan saat penyampaian materi menggunakan ceramah (Siregar, 2020).



Gambar 2. Media Leaflet Tentang Hiperemesis Gravidarum

Selain itu, penggunaan media leaflet dalam kegiatan pengabdian ini juga berdasarkan pada prinsip bahwa pengetahuan diterima atau ditangkap oleh seseorang melalui pancaindera, sehingga semakin banyak pancaindera yang digunakan maka semakin banyak dan jelas pula pengetahuan yang diterima (Nurlila & La Fua, 2020). Teori mengatakan bahwa efektivitas media terhadap pemahaman sasaran yang menggunakan media verbal dan visual 6x lebih efektif dibandingkan yang menggunakan media verbal saja atau visual saja (Farooq et al., 2022). Selain itu, (Krisnawati & Asfahani, 2022) mengatakan bahwa menyampaikan informasi menggunakan media merupakan teknik yang tepat karena media dapat mendorong terjadinya proses belajar pada diri sasaran.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas dengan pendekatan partisipatif dan penyampaian materi oleh tenaga ahli dapat memberikan dampak yang signifikan dalam penanganan hiperemesis gravidarum.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pemberian edukasi kesehatan tentang penanganan hiperemesis gravidarum menggunakan media leaflet berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang apa itu hiperemesis gravidarum dan penanganannya. Terdapat peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan dengan pengulangan kembali dari penjelasan narasumber baik dari definisi, tanda dan gejala, klasifikasi, komplikasi sampai dengan penanganan hiperemesis gravidarum.

Diharapkan kegiatan ini dapat berlanjut sehingga dapat mengurangi kejadian hiperemesis gravidarum pada ibu hamil sehingga akan berdampak pada kesehatan ibu dan bayi. Diharapkan pula bagi Puskesmas untuk melakukan pembinaan dengan melibatkan kader kesehatan dalam mendeteksi kasus ibu hamil terkait tanda bahaya kehamilan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Kuta Kabupaten Lombok Tengah sebagai mitra dalam kegiatan ini. Terimakasih juga kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Qamarul Huda Badaruddin yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. N. M. (2022). Clustering Penyakit Dbd Pada Rumah Sakit Dharma Kerti Menggunakan Algoritma K-Means. *INSERT: Information System and Emerging Technology Journal*, 2(2), 99. <https://doi.org/10.23887/insert.v2i2.41673>
- Apasari, D. P., & Wintariani, N. P. (2020). Sosialisasi Apoteker Cilik Demi Meningkatkan Eksistensi

- Profesi Apoteker Di Kota Denpasar. UNBI Mengabdi, 1(1).
- Asfahani, A., Yuniarti, E., Husnita, L., Pahmi, P., & Jamin, N. S. (2024). Peningkatan Kesadaran Masyarakat Tentang Pentingnya Kesehatan Mental Melalui Edukasi Pendidikan Sosial. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 3633–3639.
- Baharini, I. A., Pratama, A. N. W., & Christianty, F. M. (2017). Hubungan Efek Samping Suplemen Zat Besi (Fe) dengan Kepatuhan Ibu Hamil di Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember (The Association between Side Effects of Iron Supplementation and Medication Adherence among Pregnant Women in Sumbersari Health Center Jember. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 5(1), 35–39. <https://doi.org/10.19184/pk.v5i1.3946>
- Farooq, F., Quraishy, M. M., Hassan, M. U., Hussain, M., & Mushtaq, F. (2022). Pattern and Magnitude of Ocular Trauma Sustained in Road Traffic Accidents (A Trauma Centre Study). *Pakistan Journal of Ophthalmology*, 38(4). <https://doi.org/10.36351/pjo.v38i4.1441>
- Khasanah, E. N., Purbaningrum, D. G., Andita, C., & Setiani, D. A. (2023). Kebijakan Penanggulangan Stunting di Indonesia. *Jurnal Akuntan Publik*, 1(2), 217–231.
- Komalawati, V. (2020). Responsibilities of Pharmacists in Drug Service With Prescription. *Tanggung Jawab Apoteker Dalam Pelayanan Obat Dengan Resep Dokter*, 237–238.
- Krisnawati, N., & Asfahani, A. (2022). Penggunaan Media Aktual dalam Pembelajaran Akidah Akhlak untuk Kelas Bawah MI/SD. *BASICA: Journal of Primary Education*, 2(1), 16–28.
- Kumalasari, J. (2022). Peran Penyuluh Agama Islam Dalam Pendampingan Calon Pengantin Hamil Luar Nikah Di KUA Seputih Raman. *IAIN Metro*.
- Nirmalasari, N. O. (2020). Stunting Pada Anak : Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia. *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*, 14(1), 19–28. <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2372>
- Novita, R. (2019). Kajian literatur: Dampak perubahan iklim terhadap timbulnya penyakit tular nyamuk terutama Limfatik Filariasis. *Journal of Health Epidemiology and Communicable Diseases*, 5(1), 30–39.
- Nurlila, R. U., & La Fua, J. (2020). Jahe Peningkat Sistem Imun Tubuh di Era Pandemi Covid- 19 di Kelurahan Kadia Kota Kendari. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 54–61. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v1i2.12>
- Retnaningtyas, E. (2021). Kehamilan dan Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil (Cetakan 2). STRADA PRESS.
- Siregar, P. A. (2020). Buku Ajar Promosi Kesehatan. In *Buku Ajar Promosi Kesehatan*.
- Susilowati Dwi. (2016). Promosi Kesehatan. In *Kementerian Kesehatan RI (Vol. 1, Issue 1)*.